

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
КОМАРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ГО ЗАТО Комаровский

Принято на заседании педагогического совета  
МБОУ КСОШ протокол №1  
от «30» августа 2023 г.



**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Школьный театр»**

Возраст обучающихся: 5 класс  
Срок реализации программы – 1 год  
Количество часов: 68

*2023-2024 учебный год*

### **Пояснительная записка.**

Программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и требований к результатам основного общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения. В ней также учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования, преемственность с программой начального общего образования.

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативно правовых документов:

- 1 Закон РФ «ОБ образовании»;
- 2 Примерная ООП ООО;
- 3 Федеральный компонент государственного стандарта общего образования. Изобразительное искусство. (приказ Минобразования России №1897 от 17.12.2010г.);
- 4 Приказ МоиН РФ № 03-296 от 12.05.2011г.» Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- 5 СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 29.12.2010 г. №189).

Развитие художественно-творческих способностей личности была и остается одной из актуальных проблем педагогики и психологии. Особенно эта проблема обостряется в сложные критические периоды жизни общества, когда наиболее остро ощущается необходимость в творческих личностях, способных самостоятельно, по-новому разрешать возникшие трудности. Развитие творческой личности не представляется возможным без использования такого эффективного средства воспитания как художественное творчество, художественная культура. Особое место, в котором занимает театр, способный приобщить к общечеловеческим духовным ценностям и сформировать творческое отношение к действительности, являясь средством и способом самопознания, самораскрытия и самореализации.

Театр своей многомерностью, своей многоликостью и синтетической природой способен помочь ребенку раздвинуть рамки постижения мира, увлечь его добром, желанием делиться своими мыслями, умением слышать других, развиваться в художественном плане, творя (разумеется, на первых порах с педагогом) и играя.

В составленной программе школьный театр рассматривается не только как средство достижения некоего художественного результата, т.е. создание спектакля. А очень важно, чтобы занятия театральным искусством активизировали у учащихся мышление и познавательный интерес, пробудили фантазию и воображение, любовь к родному слову, научили сочувствию и сопереживанию.

Школьный театр - это совершенно иная форма организации учебной деятельности учащихся, чем урок. Ученик не получает готовых знаний, он их добывает, строит сам.

Сама природа ребёнка даёт возможность развернуть театр как уникальную развивающую модель. Ребёнок присваивает чужой опыт и приобретает собственные знания и убеждения через подражание, игру и диалог. Обращение к театральным дисциплинам рассматривается как метод обучения творческому мышлению, обучение плодотворному трудовому сотрудничеству с разными людьми, обучение культуре общения. Коллективность самого театрального творчества, общечеловеческие ценности, на которых базируется искусство театра, психологические методы действенного анализа жизни и литературы создают возможность для выработки этих навыков.

На занятиях внимание ребят направлено на задания: через установку, логическую структуру занятий руководитель осуществляет руководство самостоятельной познавательной деятельности учащихся. Школьники сами выбирают и нужный темп, и средства, и методы выполнения задания, чередуя парную, индивидуальную и групповую работу. Атмосфера доверия, сотрудничества учащихся и руководителя содержательная работа с дидактическим материалом, обращение к личному опыту учащихся, связь с другими видами искусств - способствует развитию индивидуальности ученика.

Школьный театр относится к Художественно-эстетическому направлению.

Программа рассчитана на 1 год обучения, занятия проводятся по 2 часа в неделю. Расписание занятий строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий (от 40 до 60 минут).

У подростков в среднем школьном возрасте (возрастная группа 11-13 лет) происходит переход от незрелости к начальному этапу зрелости. Он затрагивает весь организм ребенка: физиологическую, интеллектуальную и нравственную стороны.

В этом возрасте формируется характер ученика, происходит перестройка психофизического аппарата, ломка сложившихся форм взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.

Существенное значение необходимо придавать эмоциональному аппарату подростка. Эмоции в этот период становления отличаются серьезностью веры в них самого подростка и трудностью управления ими, прежде всего из-за неспособности их контролировать, неумением сдерживать себя, что отражается на окружающих из-за резкости поведения ученика. Влияние чувств на подростка происходит гораздо сильнее, нежели восприятие им книг и учителей.

Существенным изменением подвергается память и внимание. С одной стороны, формируется произвольное внимание, с другой – обилие различных впечатлений, связанных с эмоциональной, чувствительной активностью, приводит к быстрой потере внимания.

В этом возрасте происходит скачок мыслительного процесса. Появляется определенная систематичность в подходе к изучению предметов школьной программы: самостоятельный мыслительный процесс, возможность делать выводы и обобщения, раскрытие содержания того или иного понятия в конкретных образах.

У подростков появляется потребность в новых знаниях и впечатлениях. Задача педагога заключается в поддержке этих стремлений школьника. В процессе воспитания и обучения в школьных театрах необходимо всячески убеждать подростков в том, что именно образованный и умный человек может быть успешным, лучшим в своем деле. Если у подростка произойдет слияние его интересов и убеждений (педагогическая задача), тогда произойдет эмоциональный всплеск, направленный на изучение предмета.

Создание творческой рабочей атмосферы, в которой педагог и школьник будут чувствовать себя комфортно, возможно при ежедневном воспитании ответственного отношения обучающихся к занятиям. В этом помогут конкретные требования:

- не опаздывать на занятия, объясняя это тем, что опоздавший не только сам пропускает начальный этап разминки, являющийся важным моментом концентрации группового и индивидуального внимания, но и отвлекает своим приходом остальных школьников и педагога;

- с первых занятий убедить обучающихся в необходимости завести отдельную тетрадь для записи упражнений и текстов. Эта тетрадь будет содержать все основные этапы обучения и может пригодиться в дальнейшем;

- налаживание творческой дисциплины.

**Цель программы:** всестороннее развитие личности подростка средствами театрального искусства, воспитание в детях добра, любви к ближним, родной земле.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- сформировать знания о природе театра;
- сформировать основы актерского мастерства;
- сформировать правильное произношение звуков, дикцию, интонационную выразительность речи;
- сформировать коммуникативные навыки;

**Развивающие:**

- развивать и совершенствовать творческие способности;
- совершенствовать память, внимание, наблюдательность, мышление, воображение, быстроту реакции, инициативность и выдержку, восприятие, умение согласовывать свои действия с партнерами.

## **Воспитательные:**

- привить любовь к сценическому искусству;
- воспитать доброжелательность, контактность в отношениях со сверстниками;
- воспитать умение оценивать действия других детей и сравнивать со своими действиями;
- воспитание гражданственности посредством изучения народных традиций через репертуар.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Предметные результаты:**

- выразительно читать и правильно интонировать;
- различать произведения по жанру;
- читать наизусть, правильно расставлять логические ударения;
- освоить базовые навыки актёрского мастерства, пластики и сценической речи;
- использовать упражнения для проведения артикуляционной гимнастики;
- использовать упражнения для снятия мышечных зажимов;
- ориентироваться в сценическом пространстве;
- выполнять простые действия на сцене;
- взаимодействовать на сценической площадке с партнёром;
- произвольно удерживать внимание на заданном объекте;
- создавать и «оживлять» образы предметов и живых существ.

### **Личностные результаты:**

- умение работать в коллективе, оценивать собственные возможности решения учебной задачи и правильность ее выполнения;
- приобретение навыков нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- способность к объективному анализу своей работы и работы товарищей;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- стремление к проявлению эмпатии, готовности вести диалог с другими людьми.

### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные УУД:**

- приобретение навыков самоконтроля и самооценки;
- понимание и принятие учебной задачи, сформулированной преподавателем;
- планирование своих действий на отдельных этапах работы;
- осуществление контроля, коррекции и оценки результатов своей деятельности;
- анализ на начальном этапе причины успеха/неуспеха, освоение с помощью педагога позитивных установок типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу». Познавательные УУД позволяют:
- развить интерес к театральному искусству;
- освоить правила поведения в театре (на сцене и в зрительном зале);
- сформировать представления о театральных профессиях;
- освоить правила проведения рефлексии;
- строить логическое рассуждение и делать вывод;
- выражать разнообразные эмоциональные состояния (грусть, радость, злость, удивление, восхищение);
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл простого текста.

#### **Коммуникативные УУД позволяют:**

- организовывать учебное взаимодействие и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- формулировать, аргументировать и отстаивать свою точку зрения;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);

■ соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей.

Реализация программы «Школьный театр» предусматривает текущий контроль и итоговую аттестацию обучающихся. **Текущий контроль** проводится на занятиях в форме педагогического наблюдения за выполнением специальных упражнений, театральных игр, показа этюдов и миниатюр. **Итоговая аттестация** обучающихся проводится в конце учебного года по окончании освоения программы «Школьный театр» в форме творческого отчета: показа инсценировок, театральных миниатюр, миниспектаклей, проведения школьного мероприятия.

#### Учебно-тематический план программы:

№ п/п	Содержание программы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Техника и интонационная выразительность речи	10	2	8
3.	Основы сценической пластики, сценического движения и сценического танца	14	4	10
4.	Актерское мастерство.	20	5	15
5.	Работа по постановке спектакля	20	2	18
6.	Заключительное занятие	2	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	15	53

**Вводное занятие.** Решение организационных вопросов. Театр как вид искусства. Специфика театра. Специфика актерского искусства. Этика театра.

**Раздел 1. Техника и интонационная выразительность речи.** Понятие о технике и интонационной выразительности. Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие речевой выразительности (скороговорки, чистоговорки, «лепка фраз» заданной интонации и т.д.).

**Раздел 2. Основы сценической пластики, сценического движения и сценического танца.** Индивидуальное и коллективное выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие навыков и приемов сценической пластики: «Волшебная булава» (на воображение), «Переход в Зазеркалье» (на внимание, воображение и быстроту реакции), «Два кота» (на память и воображение), «Перетягивание веревки» (на воображение и раскрепощение), «Падающие мячи» (на воображение и раскрепощение), «Ритмическое эхо» (на развитие чувства темпа и ритма), «Спасатели» (на быстроту реакции и мобилизацию), «Тир» (на внимание и быстроту реакции), «Каша в кастрюле» (на раскрепощение и воображение), «Ямы в воде» (на быстроту реакции и воображение), «Слепой ловит невидимку» (на воображение и быстроту реакции), «Неприятные ощущения» (на память и воображение), «Краски» и «Мокрая курица» (на воображение и раскрепощение), «Хрустальный шар» (на воображение и восстановление энергетического баланса малой группы),

**Раздел 3. Актерское мастерство.** Артистическая техника. Необходимость постоянного тренинга актерской техники Составные части артистической техники. Элементы сценического действия. Настройка к действию. Необходимость мобилизации всех органов чувств, внутренняя собранность, организованность, чувство локтя партнера, готовность активно включиться в процесс сценического действия. Преодоление мышечных зажимов. Мышечная свобода - важнейшее условие создания творческого самочувствия актера Необходимость «мышечного контролера». Преодоление неблагоприятных сценических условий. Необходимость отвлекаться от зрителей, увлекаясь на сцене конкретным действием. Овладение «публичным одиночеством». Логика поведения. Повторность действия на сцене; «повторять не повторяясь» Восприятие и наблюдательность. Разница восприятия в жизни и на сцене. Необходимость внимания и его тренировка. Четыре круга внимания. Внимание

непроизвольное, произвольное, творческое. Наблюдение за поведением людей в различных жизненных обстоятельствах. Память на ощущения. Тренировка памяти на ранее испытанные чувства - материал, питающий творчество актера. Зрительный ряд. Шумовой звукоряд. Память на запахи вкусовые ощущения. Умение описать словами. Действие в условиях вымысла. Действие и его имитация. Подлинное действие в вымышленных обстоятельствах. «Если бы, » Оправдание любого действия вымыслом. Предлагаемые обстоятельства. Развитие артистической смелости и непосредственности. Развитие чувства правды и веры, внутренней творческой свободы, смелости, решительности и непосредственности выполнении сценических задач. Действие с воображаемыми предметами. (ПФД) Тренировка таких элементов органического творчества как сосредоточенность, воображение наблюдательности, память на отпущения, логика и последовательность простейших действий в работе с воображаемыми предметами Взаимодействие с партнером. Логика бессловесных действий. Взаимодействие партнером - основной вид сценического действия. «Игра на публику», «игра для себя», «игра для партнера». Разница общения в жизни и на сцене. Восприятие. Восприятие - необходимый элемент для непрерывности общения.

**Раздел 4. Работа по постановке спектакля.** Знакомство с пьесой, читка пьесы, разбор по ролям. Тренинг: творческие этюды, индивидуальная работа с исполнителями ролей, работа над коллективными мизансценами. Построение мизансцен, работа с подгруппами и индивидуальная работа с исполнителями ролей. Отработка мизансцен, работа над пластической и интонационной выразительностью. Работа над выразительностью целостного художественного образа спектакля. Репетиция в условиях, приближенных к сценическому. Репетиция на сцене (с фонограммой, с элементами декораций и реквизитом и т.д.). Сводная репетиция на сцене – соединение всех видов сценической работы. Индивидуальная работа. Прогон спектакля, просмотр композиции и анализ результата работы с детьми.

**Заключительное занятие.** Индивидуальная работа Показ сценического представления. Анализ работы.

### *Приложение 1.*

#### **Упражнения для улучшения дикции**

#### **Артикуляционная разминка**

Упражнения для развития голоса выполняют последовательно, начиная с разминки языка:

1. Язык высовывают как можно дальше, затем возвращают его обратно, также стараясь завести как можно глубже. Продолжительность зарядки — 5–7 минут.
2. Языком дотрагиваются поочередно к каждой щеке на протяжении 7–10 минут.
3. Языком совершают круговые движения по внутренней поверхности зубов (рот при этом закрыт). В каждую сторону нужно сделать не менее 20 вращений.
4. Высовывают язык, вращают его сначала по часовой стрелке (10 кругов), затем против часовой стрелки также 10 кругов.
5. Губы вытягивают в трубочку, задерживают в этом положении на несколько секунд. Затем губы растягивают в широкой улыбке, также фиксируют положение на несколько секунд. Движения чередуют в течение 7–10 минут.
6. Губы вытягивают в трубочку, в этом положении стараются совершить губами движения по кругу и вверх-вниз. Длительность упражнения — 5–7 минут.
7. Надувают щеки как можно сильнее, воздух внутри рта «перекатывают» по кругу в течение минимум 5 минут.
8. Проводят разминку лицевых мышц: для этого можно корчить рожицы, выпучивать глаза, надувать щеки — делать любые движения, которые заставят работать мимические мышцы.

#### **Упражнения для развития дикции.**

Произношение отдельных звуков

1. Произнесение взрывных согласных. К группе взрывных согласных относятся звуки, которые образуются при преодолении воздушной струей какого-либо барьера. Это [б-п] (преодоление затвора губ), [т-д] (кончик языка прижимается к зубам), [г-к] (часть языка прижимается к твердому небу). Тренировка заключается в произнесении глухих согласных без голоса, с «взрывом»: П! ПЬ! Т! ТЬ! К!

КЪ! После этого согласные произносят в паре с гласными: ПУ! ПО! ТУ! ТО! КУ! КО! Затем присоединяют звонкие согласные: БУ! БО! ДУ! ДО! ГУ! ГО! РУ! РО! и так далее.

2. Произнесение конечных согласных. Упражнение выполняется с голосом, конечные согласные нужно произносить активно и четко: БУ-БУ-БУ-БУ-БУПП! БА-БА-БА-БА- БАПП! По этому принципу чередуют все парные согласные с каждой из гласных, в конце должен отчетливо слышаться «взрыв».

3. Произнесение гласных. Их учатся выговаривать перед зеркалом, чтобы контролировать правильность положения губ. Например, чтобы произнести звук [у], губы складывают трубочкой, в момент произнесения звука выдыхают воздух через узкое кольцо губ; звук [о] выговаривается, когда губы образуют кольцо, воздух выдыхается широким потоком. После этого приступают к тренировке звучания сочетаний гласных: АИ, ОИ, УИ, АО, АУ, ОЫ, ЭО, повторяя сочетания по три раза.

4. Произнесение трудных буквенных сочетаний. Прорабатывают такие сочетания как ЛРА, ЛРЯ, ЛРУ, ЛРЮ, ЧРА, ШРА, РЛО, МФО, РЛИ, МФЕ. Звуки можно комбинировать как угодно, например, в сочетании ДРДА-ДРДЯ заменяют [р] на любой другой согласный звук, например, ДЛДА. Все звуки нужно произносить четко, [р] должен отчетливо вибрировать.

Дополнительно для развития дикции используют прием проговаривания звуковых рядов. С его помощью улучшают четкость произношения, учатся произносить окончания слов полностью, без проглатывания. Примеры звуковых рядов:

ПТА-ПТО-ПТУ-ПТЭ-ПТЫ-ПТИ.

ПТКА-ПТКО-ПТКУ-ПТКЭ-ПТКИ-ПТКЫ.

КТА-КТО-КТУ-КТЭ-КТЫ-КТИ.

ЗДРИ-ЗДРЭ-ЗДРА-ЗДРО-ЗДРУ-ЗДРЫ.

### **Постановка дыхания**

Упражнения для тренировки дыхания:

1. Открывают рот, вдох и выдох делают через нос. Упражнение повторяют 10 раз.

2. Руку кладут на живот, делают медленный вдох носом, затем медленно выдыхают, но уже через небольшое отверстие между губами. Рука должна отчетливо ощущать движение живота, упражнение повторяют 5-6 раз

3. Одну ноздрю закрывают пальцем, делают 5-6 вдохов и выдохов через другую ноздрю.

4. Вдыхают носом, при этом пальцами нажимают на крылья носа, чтобы создать сопротивление воздуху.

5. Вдыхают носом, затем резко выдыхают носом, при этом быстро втягивают мышцы живота.

### **Скороговорки**

1. Интервьюер интервента интервьюировал.

2. Линолеум линял-линял, полиловел и вылинял.

3. Прокурор проколол дыроколом протокол.

4. Стаффордширский терьер ретив, а черношерстный ризеншнауцер резв.

5. Шла Саша по шоссе и сосала сушку. По шоссе Саша шел, саше на шоссе Саша нашел.

6. Купи кипу пик, кипу пик купи, пик кипу купи.

### **Приложение 2.**

**Игры на развитие внимания и воображения к разделу «Актерское мастерство»** (из программы обучения детей основам сценического искусства «Школьный театр» Е.Р. Ганелина)

#### **Картинки из спичек**

Упражнение строится, как конкурс детей. Ученики складывают из спичек картинки по своему вкусу и объясняют их. Кроме элемента состязательности, важного для самих учеников, следует отметить, что эта игра прекрасно развивает чувство художественного вкуса, воображение, и, благодаря однотипности «строительного материала», - чувство пропорции. Лучше всего проводить упражнение на полу (ковёр), так как дети не связаны размером столов и чувствуют себя более раскованно.

#### **Нарисую у тебя на спине...**

Упражнение на сенсорное воображение. Играют парами. Рисующий пальцем воспроизводит на спине водящего какое-либо изображение. Задача водящего – отгадать, что же было «нарисовано» у него на спине.

Стоит дать рисующему задачу – «не захотеть», чтобы водящий отгадал рисунок, поведение обоих играющих резко меняется: водящий максимально концентрирует внимание, доводя его остроту до максимума, а рисующий, «обманывая», пытается сбить накал внимания партнёра нарочитой расслабленностью. Это – одно из самых увлекательных заданий, но педагог должен тщательно контролировать ход его выполнения, не допуская обид и огорчений, присущих малышам, эмоциональной перегрузки и усталости. В конце концов, не беда, если водящий не сумеет точно определить, что за изображение вывел пальцем на его спине рисующий, – важна осознанная попытка представить себе этот рисунок и выразить это словами.

### **Рисунки на заборе**

Преподаватель предлагает каждому участнику нарисовать на «заборе» (стена класса) воображаемый рисунок, то есть начертить его пальцем. Наблюдающие должны рассказать о том, что они увидели, причём надо следить за тем, чтобы «рисунок» участника не «налезал» на предыдущий. Наиболее ценным дидактическим моментом является отсутствие возможности негативной оценки со стороны группы, так как условность изображения не дает повода для его критики и реального сравнения художественных достоинств. Здесь «каждый – гений», что очень важно в воспитании не только уверенности в своих творческих способностях и силах, но и «коллективного воображения», доверия к способностям партнёра.

### **Цирковая афиша**

Каждый ученик, сочинив свой «цирковой номер», рисует свою афишу, в которой пытается наиболее полно выразить своё представление о жанре, сложности, яркости и других особенностях своего «номера». Поощряется изобретение псевдонимов и кратких анонсов к номерам. Чем ярче ребёнок воображает свой номер, то, что он делает «на арене», тем ярче работает его художественная фантазия.

### **Роботы**

Играют двое. Первый – участник, дающий «роботу» команды. Второй – «робот», исполняющий их с завязанными глазами. Методические цели, стоящие перед играющими, можно сгруппировать по двум направлениям:

1. Умение поставить точно сформулированную задачу для «робота».
2. Умение реализовать словесный приказ в физическом действии.

Преподаватель должен чётко проследить за тем, чтобы команды подавались не «вообще», а были направлены на осуществление пусть простого, но вполне продуктивного действия, к примеру, – найти, подобрать и принести какой-либо предмет. Говоря о контроле за действиями самого «робота», важно подчеркнуть, что они должны строго соответствовать командам. Робот должен доверять командам, исполнять их в строгой очерёдности.

## **Приложение 3**

### **Игры на развитие памяти, внимания.**

#### **«Хлопки».**

Эта серия состоит из семи упражнений, выстраиваемых по принципу нарастания сложности. В начале каждого упражнения руководитель задает темп, в котором будет проходить упражнение.

Упражнение 1. Участники встают в круг и передают друг другу хлопки по часовой стрелке. После первого круга любой из участников может поменять направление движения хлопков на противоположное. Передавая хлопок, участник поворачивается лицом к тому, кому передает хлопок.

Упражнение 2. Участники разбиваются на четные и нечетные номера и начинают передавать хлопки через одного, то есть четные четным, нечетные нечетным. Передача ведется по часовой стрелке.

Упражнение 3. То же самое, что и упр.2, но только четные передают хлопки по часовой стрелке, а нечетные против.

Упражнение 4. То же самое, что и упр.2,3, но теперь направление движения хлопков произвольно и у четных, и у нечетных.

Упражнение 5. Хлопки передаются кому угодно из круга. Передающий должен хлопком максимально точно определить, кому он передает хлопок. Принимающий должен поймать хлопок и передать его дальше. То есть принимающий делает два хлопка: -хлопок, передал – хлопок.

Упражнение 6. То же, что и упр.5, но участники свободно передвигаются в пределах круга.

Упражнение 7. В любом из предыдущих вариантов хлопок передается без хлопка, а одним только взглядом.

#### **«Расклад предметов».**



Руководитель собирает у участников по одному предмету (часы, брелоки, заколки и т.д., и т.п.) Затем участники делятся на две команды, одна раскладывает предметы на столе, потом подходит другая команда и пытается запомнить расположение предметов и отходит, после чего первая команда вновь меняет расположение предметов и садится на свои места, а вторая пытается восстановить первоначальное распределение предметов. Затем первая команда проверяет правильность расположения предметов. Потом команды меняются ролями.

#### **«Арифмометр».**

Участники садятся в одну линию. Каждый участник получает определенный числовой разряд (единицы. Десятки, сотни, тысячи и т.д.) Каждый разряд работает определенным образом: единицы встают-садятся, десятки приседают, сотни кланяются и т.д. Надо набрать число, определенное руководителем. Это упражнение можно использовать для отработки каких-то сложных элементов, например, шагов в фехтовании или защит.

#### **«Пишущая машинка».**

Для этого упражнения желательно, чтобы количество участников было больше двадцати. Участники садятся в полукруг. Каждому присваивается одна-две буквы русского алфавита. Руководитель последовательно задает слово, фразу, текст. Участники хлопками «печатают» текст. Конец слова обозначается общим хлопком, конец фразы – хлопком одновременно с ударом ног. Знаки препинания обычно не выделяются.

#### **«Мешаем читать».**

Один из участников садится перед кругом участников и начинает что-то читать. Остальные задают ему разные вопросы. Конечно, вопросы должны быть достаточно тактичными. Водящий должен быстро и достаточно точно отвечать на эти вопросы. После одной - двух минут такого «допроса» книга закрывается и водящего просят пересказать прочитанное.

#### **«Отстающие движения».**

Участники встают в два ряда друг против друга. Первый проделывает несколько гимнастических движений. Вторым, наблюдая за первым, повторяет его движения с отставанием на одно. Третьим наблюдающим за вторым повторяет движения второго с отставанием на одно и так вся группа. Упражнение может идти под музыку, начиная с медленного ритма, ускоряющегося к концу.

#### **«Зеркало».**

Два участника становятся друг против друга. Один как бы смотрит в зеркало, другой является «отражением» и повторяет все движения первого. Это упражнение имеет ту особенность, что «зеркало» проделывает движения левой рукой в ответ на движения партнера. В этом упражнении важна одновременность, поэтому первый должен начинать движения медленно, чтобы «зеркало» успевало уловить его движения. Движения должны совпадать. Затем участникам можно поменяться ролями.

#### **«Тень».**

Участник ходит по комнате, за ним идет другой, повторяя его движения и стараясь уловить их ритм. Затем участники меняются ролями.

#### **«Мой любимец».**

Участникам предлагается вспомнить свое домашнее животное и показать его в наиболее характерном для этого животного виде. Сразу оговорите, что вас интересует не внешнее сходство, а внутренний характер любимца.

#### **«Зоопарк».**

То же, что и упражнение «Мой любимец», но теперь зверь дикий и сидит в клетке. Очень важно не только передать его внешнее поведение, но и понять «человеческие» мотивы его поведения.

### ***Приложение 4***

#### **1. Развитие баланса**

1. Встаньте на правую ногу. Левую согните в колене. Руки свободны вдоль туловища. Плавно наклонитесь вправо-влево, вперед-назад, затем, сделайте несколько круговых движений торсом. Вернитесь в исходное положение и поменяйте ногу.

2. Встаньте на одну пятку. Представьте, что в руке веер. Делайте легкие помахивающие движения, сохраняя равновесие и устойчивость. Повторите, сменив ногу и руку.

3. Найдите точку опоры на одной ноге, вторую согните в колене. Правой рукой совершайте движения, словно зовете кого-то, а левой – прогоняете. Можно делать ласточку – поднимать одну ногу, отводя ее назад. Руки при этом в сторону. И еще много различных упражнений из детства.

## **2. Координация движений**

1. Встаньте на 1 ногу. Правой рукой делаем вид, что кого-то зовем, левой – прогоняем, а свободной ногой – отталкиваемся. Все движения выполняйте одновременно. Меняйте опору в прыжке.

2. Поставьте ноги на ширине плеч, ступни расположите параллельно. Руки в стороны. А пальцы собраны в мягкий кулачок. Вращайте руками от локтей. Перенесите вес тела с одной на другую ногу. Параллельно поднимайте освободившуюся ногу в положение параллельно полу. Плавно переходите в исходное положение. Задача – увеличивать амплитуду движений и скорость вращения рук.

3. К самому простому упражнению относят «попадание указательным пальцем в кончик носа с закрытыми глазами из положения – руки в сторону». Тренироваться можно еще проще – повторять руками какое-то танцевальное движение, а ногами плавно делать перекаты с пяток на носок и назад.

## **3. «Передача» напряжения мышц**

1. Возьмите предмет легкий, к примеру, подушку или мячик. Представьте, что это очень тяжелый камень, который невозможно сдвинуть с места. Упритесь в предмет руками и двигайте ногами на месте так, как будто вы его толкаете. Задача – оставаться на одном месте, напрягать руки и ноги, показывая усилия.

2. Встаньте на одну ногу и стойте так долго, сколько сможете. Представляйте при этом, что вы куда-то идете. Потом поменяйте ногу. Упражнения с воображаемой тяжестью можно делать, когда угодно. К примеру, неся пакет легкий с магазина, представьте, что он весит намного больше, и покажите это. Только для практики на улице помните, что за вами уже следят «зрители».

## **4. Мягкое падение**

1. Поставьте ноги на ширине плеч. Сделайте шаг правой ногой назад и потянитесь руками и всем корпусом к левой ноге. Постепенно наклоняйтесь. Плавно сядьте из этого положения на пол. Смените ногу и повторите упражнение.

2. Поставьте ноги на ширину плеч. Правой ногой заступите за левую. Руками тянитесь к полу. Обопритесь на руку и правую ногу. Плавно спускайтесь вниз. Следите, чтобы сначала пола коснулась голень левой ноги, только потом бедро. В результате вы полностью окажетесь на полу. Это только начало тренировок плавного падения. В школах актерского мастерства учат красиво и плавно спускаться «вниз», не причиняя себе боли.

## Литература.

1. Никитина А., Тюханова Е. Интегрированный курс «Театр» Методич. пособие – М. Авангард, 1995.
2. Уроки театра на уроках в школе: Театральное обучение школьников I-XI классов. Программы, рекомендации, упражнения. НИИ ХВ-М, 1992.
3. Ершова А., Букатов Б. Актерская грамота – подросткам. – М. Просвещение, 1994.
4. Школа творчества: Авторские программы эстетического воспитания детей средствами театра. – М. ВЦХТ, 1998. «Я вхожу в мир искусств», №3, 1998.
5. Профессия – режиссер. А.М.Нахимовский. Как создать в школе театральное действие от А до Я. «Я вхожу в мир искусств», №12, 1999.
6. Корогодский З. Этюды и школа. – М.: Сов.Россия, 1975 (Б-чка «В помощь худож. самод.)
7. Васильева Т. Упражнения по дикции. Учеб.пос. – М.: ГИТИС, 1988.
8. Чарелли Э. Учитесь говорить. – М., 1985.
9. Генералов И.А. Программа курса «Театр» для начальной школы  
Образовательная система «Школа 2100» Сборник программ. Дошкольное образование. Начальная школа (Под научной редакцией Д.И. Фельдштейна). М.: Баласс, 2008.
10. Станиславский К.С. Работа актера над собой. т 8. М., 1954.